

Seite 1 von 3

**Datum/Ort:** 03. und 04.06.2023 / 09:00 Uhr bis 17:00 Uhr / Bad Tennstedt  
Sportzentrum Bad Tennstedt, Am Schwimmbad, 99955 Bad Tennstedt  
(Verantwortliche TTA am Ausbildungstag: Luise Sunkel 0160-6869810)

**Anmeldeschluss:** 12.05.2023 (Bezahlung der Kursgebühren bis spätestens 19.05.2023)

**Dozenten:** Bianca Dürrbeck / Gardetanz, Akrobatik  
Jana Pearce / Akrobatik, Sportwissenschaft  
Jana Kissinger / Schautanz

**Lehrgangsgebühr:** 20 € pro Kurs

**Bezahlung**  
**Lehrgangsgebühr:** Landesverband Thüringer Karnevalvereine  
IBAN: DE05 8205 1000 0163 0666 47  
Verwendungszweck: Tanztage, Name+Vorname Teilnehmer\*in

**Hinweise:**

- ausschließlich für Mitgliedsvereine des LTK oder mit vorliegendem Mitgliedsantrag
- Eintreffen 30 Minuten vor Kursbeginn
- Trainingskleidung und evtl. Schreibutensilien sind mitzubringen

Liebe Tanzsportfreunde,  
dieses Jahr lassen wir ein Feuerwerk der Tanzkunst starten!  
Aufgrund vieler Wünsche und Anregungen haben wir es geschafft, Jana Pearce und Bianca Dürrbeck für unsere Tanztage zu gewinnen und freuen uns sehr, dass Jana Kissinger im Schautanzbereich auch wieder dabei ist. Diese namhaften Dozentinnen bieten euch neue Möglichkeiten, eure Fähigkeiten als Trainer\*innen und Tänzer\*innen weiterzuentwickeln!

Wir bieten euch ein breites Angebot, sodass Anfänger\*innen, Fortgeschrittene und vor allem auch Trainer\*innen auf ihre Kosten kommen.  
Bitte denkt daran, dass die Anmeldung nur noch online unter <https://s.ltkev.de/TTT> möglich ist.  
Wir wünschen viel Erfolg und bleibende Eindrücke bei den Thüringer Tanztagen 2023!

Luise Sunkel  
TTA des LTK

### Erläuterungen/Informationen

#### Akrobatikkurse (A)

Die Kurse 08, 14, 17, 26, 32, 35 sind auf maximal 20 Personen begrenzt.  
Bitte beachtet die folgenden **Voraussetzungen**:

Kurs 05 + 23	Keine
Kurs 08 + 26	Selbstständiges Beherrschen des Radschlags beidseitig
Kurs 17 + 35	Selbstständiges Beherrschen des Radschlags beidseitig + Bogengang vorwärts und rückwärts

Jede\*r Teilnehmer\*in sollte für oben aufgeführte Kurse unbedingt eine\*n Trainer\*in mitbringen, um entsprechende Hilfestellungen beigebracht zu bekommen.

Die Kursleitung kann, wenn nötig, Teilnehmer\*innen vom Kurs ausschließen!

#### Gardekurse (G) / Schautanzkurse (S)

Hier ist für alle was geboten. Es gibt keine Teilnehmerbegrenzung.

**Anmeldung nur über <https://schulungen.ltkev.de>**  
Solange es keine Änderungen im Ablauf gibt, erfolgt keine weitere Information der Teilnehmer!  
**Ansprechpartner Weiterbildung TTA: Luise Sunkel – [LSunkel@ltkev.de](mailto:LSunkel@ltkev.de)**



**Seite 2: Kursangebote TTT**

**Allgemeine Hinweise:**

Die Anreise erfolgt individuell auf eigene Kosten. Bei Personen unter 18 Jahren setzen wir das Einverständnis der Eltern und entsprechend durch den Verein legitimierte Begleitpersonen voraus. Wir bitten darum, pünktlich zu erscheinen. Auf das Mitführen von Wertgegenständen sollte verzichtet werden, für das Abhandenkommen von Sachen in den Schulungsräumen wird keine Haftung übernommen. Es ist für Ordnung beim Verlassen der Räumlichkeiten zu sorgen! Wenn die Kursgebühren nicht fristgemäß eingehen, erfolgt die Streichung von der Teilnehmerliste. Änderungen in dieser Ausschreibung bleiben vorbehalten.

- (A) Akrobatikkurse (Voraussetzungen siehe Ausschreibung TTT)  
(S) Schautanzkurse  
(G) Gardekurse

**Samstag, 03.06.2023**

Kursnr.	Zeit	Kursthema	Halle	Kursgebühr
	09:00 – 09:30	Aufwärmen (Pflicht für die Kurse 1+2+3)	1/2/3	
<b>01</b>	09:30 – 10:30	(G) Garde & Choreo	1	20,00 €
<b>02</b>	09:30 – 10:30	(A) Beweglichkeitstraining in Theorie und Praxis	2	20,00 €
<b>03</b>	09:30 – 10:30	(S) Schautanz für Kids	3	20,00 €
	10:30 – 10:45	PAUSE		
<b>04</b>	10:45 – 11:45	(G) Garde für Kids	1	20,00 €
<b>05</b>	10:45 – 11:45	(A) Handstand und Variationen	2	20,00 €
<b>06</b>	10:45 – 11:45	(S) Grundschrirte im Schautanz	3	20,00 €
	11:45 – 12:00	PAUSE		
<b>07</b>	12:00 – 13:00	(G) Prävention im Tanzsport	1	20,00 €
<b>08</b>	12:00 – 13:00	(A) Bogengang und Variationen	2	20,00 €
<b>09</b>	12:00 – 13:00	(S) Auftrittstanz – Mit weniger mehr rausholen	3	20,00 €
	13:00 – 13:30	MITTAGSPAUSE		
<b>10</b>	13:30 – 14:30	(G) Solisten Choreo	1	20,00 €
<b>11</b>	13:30 – 14:30	(A) Sprungkraft- und Schnelligkeitstraining	2	20,00 €
<b>12</b>	13:30 – 14:30	(S) Musical Dance	3	20,00 €
	14:30 – 14:45	PAUSE		
<b>13</b>	14:45 – 15:45	(G) Tanz-Sprungbrett	1	20,00 €
<b>14</b>	14:45 – 15:45	(A) Back to Basics: Radschläge	2	20,00 €
<b>15</b>	14:45 – 15:45	(S) Jazz	3	20,00 €
	15:45 – 16:00	PAUSE		
<b>16</b>	16:00 – 17:00	(G) Drehungen von A-Z	1	20,00 €
<b>17</b>	16:00 – 17:00	(A) Freie Räder/Freie Bogengänge	2	20,00 €
<b>18</b>	16:00 – 17:00	(S) vertanzte Bodenelemente im Schautanz	3	20,00 €

Erläuterungen zu den Kursen:

- (G) 01 + 19 Gardetanz und Choreo: Choreografieelemente mit Schritten und schönen Beinwurfkombinationen  
04 + 22 Garde für Kids: Schritte und Choreografieelemente für die Kleinsten  
07 + 25 Prävention im Tanzsport: Anatomie und Physiologie eines Tanzkörpers  
10 + 28 Solisten Choreo: Effektvolle Schritte und Inspirationen für deinen Solistentanz  
13 + 31 Tanz-Sprungbrett: Zahlreiche Übungen und Techniken für Tanzsprünge – Glocken-, Spagat-, Grätschsprung uvm.  
16 + 34 Drehungen von A-Z für deinen Solistentanz

**Anmeldung nur über <https://schulungen.ltkev.de>**

Solange es keine Änderungen im Ablauf gibt, erfolgt keine weitere Information der Teilnehmer!

**Ansprechpartner Weiterbildung TTA: Luise Sunkel – [LSunkel@ltkev.de](mailto:LSunkel@ltkev.de)**

#### Seite 3: Kursangebote TTT

- (A) Akrobatikkurse (Voraussetzungen siehe Ausschreibung TTT)  
 (S) Schautanzkurse  
 (G) Gardekurse

#### Sonntag, 04.06.2023

Kursnr.	Zeit	Kursthema	Halle	Kursgebühr
	09:00 – 09:30	Aufwärmen (Pflicht für die Kurse 1+2+3)	1/2/3	
<b>19</b>	09:30 – 10:30	(G) Garde & Choreo	1	20,00 €
<b>20</b>	09:30 – 10:30	(A) Beweglichkeitstraining in Theorie und Praxis	2	20,00 €
<b>21</b>	09:30 – 10:30	(S) Schautanz für Kids	3	20,00 €
	10:30 – 10:45	PAUSE		
<b>22</b>	10:45 – 11:45	(G) Garde für Kids	1	20,00 €
<b>23</b>	10:45 – 11:45	(A) Handstand und Variationen	2	20,00 €
<b>24</b>	10:45 – 11:45	(S) Grundschrirte im Schautanz	3	20,00 €
	11:45 – 12:00	PAUSE		
<b>25</b>	12:00 – 13:00	(G) Prävention im Tanzsport	1	20,00 €
<b>26</b>	12:00 – 13:00	(A) Bogengang und Variationen	2	20,00 €
<b>27</b>	12:00 – 13:00	(S) Auftrittstanz – Mit weniger mehr rausholen	3	20,00 €
	13:00 – 13:30	MITTAGSPAUSE		
<b>28</b>	13:30 – 14:30	(G) Solisten Choreo	1	20,00 €
<b>29</b>	13:30 – 14:30	(A) Sprungkraft- und Schnelligkeitstraining	2	20,00 €
<b>30</b>	13:30 – 14:30	(S) Musical Dance	3	20,00 €
	14:30 – 14:45	PAUSE		
<b>31</b>	14:45 – 15:45	(G) Tanz-Sprungbrett	1	20,00 €
<b>32</b>	14:45 – 15:45	(A) Back to Basics: Radschläge	2	20,00 €
<b>33</b>	14:45 – 15:45	(S) Jazz	3	20,00 €
	15:45 – 16:00	PAUSE		
<b>34</b>	16:00 – 17:00	(G) Drehungen von A-Z	1	20,00 €
<b>35</b>	16:00 – 17:00	(A) Freie Räder/Freie Bogengänge	2	20,00 €
<b>36</b>	16:00 – 17:00	(S) vertanzte Bodenelemente im Schautanz	3	20,00 €

#### Erläuterungen zu den Kursen:

- (A) 02 + 20 *Beweglichkeitstraining in Theorie und Praxis: Wie gehen Dehnung und Mobilisation richtig und wie können Schwachstellen verbessert werden?*  
 05 + 23 *Akrobatikelemente biomechanisch verstehen und methodisch richtig vermitteln: Handstand und Variationen*  
 08 + 26 *Bogengang und Variationen*  
 11 + 29 *Sprungkraft und Schnelligkeitstraining in Theorie und Praxis: Spezifisches Sprungkrafttraining für TänzerInnen*  
 14 + 32 *Akrobatikelemente biomechanisch verstehen und methodisch richtig vermitteln: Back to Basics – Radschläge*  
 17 + 35 *Akrobatikelemente biomechanisch verstehen und methodisch richtig vermitteln: Freie Räder und freier Bogengang*
- (S) 03 + 21 *Schautanz für Kids: Gestaltung effektvoller Schautänze für die Kleinsten*  
 06 + 24 *Karnevalistischer Schautanz klassisch: Schrittkombinationen*  
 09 + 27 *Auftrittstanz: Wenig Raum, aber viel Spiel – mit weniger einfach mehr rausholen*  
 12 + 30 *Musical Dance: Choreografie zu Musical Klassikern*  
 15 + 33 *Jazz: Neue Inspirationen aus der Welt des Pop*  
 18 + 36 *Vertanzte Bodenelemente im Schautanz: Kombinationen aus Schritt- und Bodenelementen für mehr Abwechslung im Schautanz*

**Anmeldung nur über <https://schulungen.ltkev.de>**

Solange es keine Änderungen im Ablauf gibt, erfolgt keine weitere Information der Teilnehmer!

**Ansprechpartner Weiterbildung TTA: Luise Sunkel – [LSunkel@ltkev.de](mailto:LSunkel@ltkev.de)**